



**PENGARUH STIMULUS MEMBACA AL-QUR'AN TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

**Eviarty\*, Maryana, Ardiansyah**

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Citra Delima Bangka Belitung, Jl.Pinus I, Kacang Pedang,  
Gerunggang, Pangkal Pinang, Kepulauan Bangka Belitung 33125, Indonesia

\*[eviartyeviarty@gmail.com](mailto:eviartyeviarty@gmail.com)

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum ditemukan pada lansia, prevalensi hipertensi terbukti selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya. Salah satu tatalaksana non farmakologi yang dapat diterapkan oleh perawat adalah terapi stimulus membaca Al-Qur'an. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Stimulus Membaca Al-Qur'an terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan Tahun 2022. Penelitian ini menggunakan desain quasy eksperimen dengan pendekatan nonequivalent control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah 619 lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Toboali. Besaran sampel dalam penelitian ini adalah 19 responden pada masing masing kelompok yang dipilih dengan tehnik consecutive sampling. Analisis yang digunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji wilxocone Test dan Uji paired t-test. penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh stimulus membaca al quran terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi. nilai p-value tekanan darah sistolik (0,001) dan diastolik (0,002) <  $\alpha$  (0,05). Hal ini menunjukkan ada pengaruh stimulus membaca Al- Qur'an terhadap penurunan tekanan darah sistolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022.

Kata kunci: hipertensi; lansia; stimulus membaca alquran

***THE EFFECT OF THE STIMULU OF READING THE QURAN ON REDUCING  
BLOOD PRESSURE IN ELDERLY WITH HYPERTENSION***

**ABSTRACT**

*Hypertension is a health problem that is commonly found in the elderly, the prevalence of hypertension is proven to always increase every year. One of the non-pharmacological treatments that can be applied by nurses is stimulus therapy to read the Qur'an. This study aims to determine the effect of reading the Qur'an as a stimulus on reducing blood pressure in the elderly with hypertension in the Toboali Health Center, South Bangka, in 2022. This study used a quasy experimental design with a nonequivalent control group design approach. The population in this study were 619 hypertensive elderly in the working area of the Toboali Health Center. The sample size in this study was 19 respondents in each group selected by consecutive sampling technique the research uses univariate and bivariate analysis using Wilxocone test and paired t-test. The results showed the effect of stimulus of reading the alquran on reducing systolic that the p-value of systolic (0.001) and diastolic (0.002) blood pressure <  $\alpha$  (0.05). This shows that there is an effect of the stimulus of reading the Qur'an on reducing systolic blood pressure in the elderly with hypertension in the Working Area of the Toboali Health Center, South Bangka Regency in 2022.*

Keywords: *elderly; hypertensi on; stimulus reading al- quran*

**PENDAHULUAN**

Lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang mencapai usia lebih dari 60 tahun. Menurut WHO, batasan-batasan lanjut usia terdiri dari usia pertengahan 45-59 tahun, lanjut usia 60-74 tahun, lanjut usia tua 75-90 tahun, usia sangat tua diatas 90 tahun (WHO, 2013). Lanjut usia

(lansia) adalah bagian dari proses kehidupan manusia yang ditandai dengan adanya penurunan fungsi tubuh (Zaenurrohmah & Rachmayanti, 2017). Dengan bertambahnya usia secara progresif, terjadi perubahan pada elastisitas dinding aorta menjadi menurun, katup jantung menebal dan menjadi kaku, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer dan penurunan elastisitas pada pembuluh darah sehingga tekanan darah secara otomatis menjadi naik dan mengakibatkan terjadinya hipertensi (Aspiani, 2015).

Usia lansia termasuk kedalam salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi yang merupakan golongan penyakit kardiovaskuler terbanyak menyebabkan kematian masyarakat dunia (Taiso et al., 2021). WHO mendefinisikan hipertensi sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan darah sistoliknya (TDS)  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastoliknya (TDD)  $\geq 90$  mmHg dalam 2 kali pengukuran tekanan darah (Sudayasa & Alifariki, 2020). Hipertensi adalah penyakit yang dapat menyerang siapa saja baik muda maupun tua dan sering disebut sebagai silent killer karena termasuk penyakit yang timbul hampir tanpa adanya gejala awal namun penyakit ini dapat menyebabkan kematian secara diam diam (Pudjiastuti, 2018). Organisasi Kesehatan Dunia World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 mencatat bahwa 22% penduduk diseluruh dunia mengalami hipertensi di usia lansia

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung pada tahun 2019 menunjukkan bahwa penderita hipertensi sebanyak 299.371 dan tahun 2020 sebanyak 302.274 hipertensi dapat di temukan pada semua umur baik laki-laki maupun perempuan (Profil Dinkes Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, 2020). Sedangkan data kejadian Hipertensi pada lansia di Kabupaten Bangka Selatan selama periode 2020-2022 menunjukkan kenaikan kasus. Data pada tahun 2020 menunjukkan bahwa kasus hipertensi pada lansia mencapai jumlah 3.178 orang, data tahun 2021 kasus hipertensi pada lansia mencapai jumlah 3697 orang, dan data dari bulan Januari sampai September 2022 menunjukkan bahwa kasus hipertensi pada lansia mencapai jumlah 2.248 orang (Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Bangka Selatan, 2022). Prevalensi kasus hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Toboali dalam rentang tahun 2020-2022 menunjukkan peningkatan secara fluktuatif. Data pada tahun 2020 mencatat pasien hipertensi sebanyak 531 orang, data pada tahun 2021 mencatat pasien hipertensi sebanyak 790 orang, serta data pada bulan Januari – September 2022 mencatat pasien hipertensi sebanyak 619 orang (Profil Puskesmas Toboali, 2022).

Salah satu terapi non farmakologis yang dapat diterapkan oleh perawat sebagai tatalaksana hipertensi pada lansia adalah menggunakan terapi stimulus mendengar atau membaca ayat suci Al-Qur'an. Membaca Al- Qur'an sangat baik bagi kesehatan, selain terdapat bacaan surat yang berkaitan dengan kesehatan. Membaca Al-Qur'an juga membuat pembaca dan pendengarnya menjadi rileks sehingga menurunkan tekanan darah (Yuniarsih, 2017). Al-Qur'an yang dibaca secara murottal atau pelan mempunyai irama yang konstan, teratur dan tidak ada perubahan. Lantunan ayat-ayat Al-Qur'an secara tartil akan menimbulkan gelombang suara yang akan diterima oleh auricular ekstrena atau telinga bagian luar lalu diteruskan ke membran timpani yang berfungsi mengubah gelombang udara menjadi gelombang mekanik kemudian ke tulang-tulang pendengaran yakni maleus, inkus dan stapes untuk diteruskan ke foramen ovale pada koklea yang menyebabkan organ kokti terangsang sehingga timbul potensialaksi yang akan diteruskan oleh nervus auditorius (N.VIII) sebagai implus listrik ke otak yang akhirnya akan menurunkan tekanandarhyang tinggi pada lansia (Al Kaheel, 2013).

Didukung hasil penelitian oleh Wahyuni (2018) yang menyatakan bahwa rata-rata tekanan darah responden sebelum dilakukan terapi murottal Al-Quran adalah 150,06 mmHg dan 93,18

mmHg. Rata-rata tekanan darah sesudah diberikan terapi dilakukan terapi murotal Al-Quran adalah 143,17 mmHg, dan 89,91 mmHg. Terdapat penurunan tekanan darah lansia hipertensi yang mendapatkan terapi membaca Al-Qur'an Surah Ar-Rahman.

Pemberian terapi stimulus membaca Al- Qur'an pada lansia yang mengalami hipertensi merupakan tatalaksana mandiri yang dapat dilakukan oleh perawat. Selain lebih aplikatif dan mudah diterapkan di pelayanan kesehatan, stimulus membaca Al-Qur'an memiliki manfaat yang begitu besar pada tekanan darah lansia yang menderita hipertensi (Yuniarsih, 2017). Sampai saat ini hasil penelitian yang membahas terapi mendengarkan Al-Qur'an terhadap tekanan darah sudah banyak dilakukan, namun untuk terapi berupa membaca Al-Qur'an masih sedikit dan bisa dilaksanakan untuk menambah kekayaan ilmu keperawatan khususnya keperawatan gerontik (Ratnawati, 2017). Berdasarkan latar belakang masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Stimulus Membaca Al-Qur'an terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan Tahun 2022. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh stimulus membaca Al- Qur'an terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan Tahun 2022.

## METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian quasy eksperimen dengan pendekatan nonequivalent control group design yang memberikan perlakuan kepada objek yang dapat mengendalikan variable dan secara tegas menyatakan adanya hubungan sebab akibat (Nursalam,2017). Penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan pengukuran awal( pretest )dan Pengukuran akhir( posttest ). Penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan pengukuran awal (pre test) tekanan darah lansia hipertensi pada kelompok intervensi dan kontrol. Kemudian setelah mengetahui nilai pre test peneliti memberikan perlakuan berupa stimulus membaca Al-Qur'an pada kelompok intervensi dan tanpa terapi membaca Al-Qur'an pada kelompok kontrol. pengukuran akhir (post test) tekanan darah lansia penderita hipertensi dilakukan setelah mendapatkan perlakuan baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol.Tehnik pengambilan sample yang di gunakan adalah non probability sampling yaitu consecutive sampling.Sample dihitung berdasarkan rumus cohort case control sehingga didapatkan jumlah sampel penelitian ini adalah 19 responden pada kelompok intervensi dan 19 responden pada kelompok kontrol. Setelah dilakukan pre test dan post test selanjutnya dilakukan analisis data yaitu uji univariat dan uji bivariat.

## HASIL

### Analisis Univariat

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Desember 2022 sampai dengan 18 Desember 2022. Tujuan dari analisis ini adalah untuk menjelaskan atau mendeskripsikan distribusi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, dan pendidikan) dan variabel-variabel penelitian (tekanan darah *pre test* dan tekanan darah *post test*). Adapun hasil dari analisis univariat sebagai berikut:

Tabel 1.  
Distribusi Rata Rata Usia Lansia denganHipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas  
Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022

Kelompok	Variable	Mean	SD	SE	Min	Max	N
Intervensi	Usia	66,79	6,562	1,506	60	78	19
Kontrol	Usia	65,42	4,857	1,114	60	76	19

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata rata usia lansia hipertensi pada kelompok intervensi adalah 66,79 tahun (SD= 6,562) dengan usia minimal 60 tahun dan maksimal 78 tahun.

Sedangkan rata rata usia lansia hipertensi pada kelompok kontrol adalah 65,42 tahun (SD= 4,87) dengan usia minimal 60 tahun dan maksimal 76 tahun.

Tabel 2.  
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan pendidikan Lansia dengan Hipertensi

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	f	%	f	%
<b>Jenis Kelamin</b>				
Perempuan	18	94,7	18	94,7
Laki-laki	1	5,3	1	5,3
<b>Pendidikan</b>				
SD	15	78,9	19	100
SMP	1	5,3	0	0
SMA	3	15,8	0	0
PT	0	0	0	0

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, lansia yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 18 (94,7%) orang, lebih banyak dibanding lansia yang berjenis kelamin laki-laki. Sedangkan pada kelompok intervensi, lansia dengan pendidikan SD berjumlah 15 (78,9%) orang, lebih banyak dibandingkan responden dengan pendidikan tidak sekolah, SMP, SMA, dan PT. Sedangkan pada kelompok kontrol, semua lansia berpendidikan SD.

Tabel 3.  
Nilai Rata-Rata *Pre test* Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi

Variabel	Intervensi			Kontrol		
	N	Mean	SD	N	Mean	SD
Sistolik Pre_1	19	166,95	14,183	19	162,53	15,703
Sistolik Pre_2	19	159,95	12,127	19	159,32	13,703
Sistolik Pre_3	19	158,00	10,236	19	152,63	12,811
Sistolik Pre_4	19	155,89	10,333	19	152,95	10,379
Sistolik Pre_5	19	155,16	10,248	19	154,79	8,760
Sistolik Pre_6	19	156,95	10,700	19	153,68	8,042
Sistolik Pre_7	19	155,16	10,521	19	154,42	7,471
Diastolik Pre_1	19	101,16	13,954	19	95,79	15,105
Diastolik Pre_2	19	94,63	7,918	19	91,58	13,902
Diastolik Pre_3	19	90,74	10,764	19	87,58	10,330
Diastolik Pre_4	19	93,11	18,484	19	87,37	9,093
Diastolik Pre_5	19	88,11	10,723	19	91,47	8,984
Diastolik Pre_6	19	90,26	9,797	19	89,79	7,262
Diastolik Pre_7	19	89,47	11,587	19	88,63	7,847

Tabel 3 didapatkan hasil bahwa nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sebelum mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari pertama adalah 166,95 mmHg dengan nilai SD 14,183. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sebelum mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kedua adalah 159,95 mmHg dengan nilai SD 12,127. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sebelum mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketiga adalah 158,00 mmHg dengan nilai SD 10,236. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sebelum mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari keempat adalah 155,89 mmHg dengan nilai SD 10,333. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sebelum

mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari lima adalah 155,16 mmHg dengan nilai SD 10,248. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sebelum mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari keenam adalah 156,95 mmHg dengan nilai SD 10,700. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sebelum mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketujuh adalah 155,16 mmHg dengan nilai SD 10,521.

Tabel 4.  
Nilai Rata-Rata *Post test* Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Tahun 2022

Variabel	Intervensi			Kontrol		
	N	Mean	SD	N	Mean	SD
Sistolik Pre_1	19	151,00	13,034	19	132,32	37,048
Sistolik Pre_2	19	147,79	10,196	19	158,00	15,553
Sistolik Pre_3	19	146,16	12,505	19	151,58	8,295
Sistolik Pre_4	19	141,42	11,017	19	150,79	10,475
Sistolik Pre_5	19	143,79	14,722	19	152,53	8,316
Sistolik Pre_6	19	142,05	11,905	19	152,95	8,045
Sistolik Pre_7	19	138,89	9,177	19	151,58	7,463
Diastolik Pre_1	19	93,58	10,308	19	95,00	14,368
Diastolik Pre_2	19	91,11	7,724	19	89,79	10,617
Diastolik Pre_3	19	85,42	12,098	19	86,11	8,212
Diastolik Pre_4	19	86,42	8,815	19	86,74	8,212
Diastolik Pre_5	19	85,74	10,614	19	87,42	8,167
Diastolik Pre_6	19	86,21	8,854	19	88,37	7,537
Diastolik Pre_7	19	84,16	9,412	19	89,68	6,532

Tabel 4 didapatkan hasil bahwa nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari pertama adalah 151,00 mmHg dengan nilai SD 13,034. Nilairata rata tekanan darah sistolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kedua adalah 147,79 mmHg dengan nilai SD 10,196. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketiga adalah 146,16 mmHg dengan nilai SD 12,505. Nilairata rata tekanan darah sistolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari keempat adalah 141,42 mmHg dengan nilai SD 11,017. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kelima adalah 143,79 mmHg dengan nilai SD 14,722. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al- Qur'an pada hari keenam adalah 142,05 mmHg dengan nilai SD 11,905. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketujuhadalah 138,89 mmHg dengan nilai SD 9,117.

Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari pertama adalah 93,58 mmHg dengan nilai SD 10,308. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kedua adalah 91,11 mmHg dengan nilai SD 7,724. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketiga adalah 85,42 mmHg dengan nilai SD 12,098. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari keempat adalah 86,42 mmHg dengan nilai SD 8,815. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kelima adalah 85,74 mmHg dengan nilai SD 10,614. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia sesudah mendapatkan stimulus

membaca Al- Qur'an pada hari keenam adalah 86,21 mmHg dengan nilai SD 8,854. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia sesudah mendapatkan stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketujuh adalah 84,16 mmHg dengan nilai SD 9,412.

Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al- Qur'an pada hari pertama adalah 132,32mmHg dengan nilai SD 37,048. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kedua adalah 158,00 mmHg dengan nilai SD 15,553. Nilai rata rata tekanan darahsistolik lansia *posttest* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketiga adalah 151,58 mmHg dengan nilai SD 8,295. Nilai rata rata tekanan darah sistoliklansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari keempat adalah 150,79 mmHg dengan nilai SD 10,475. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kelima adalah 152,53 mmHg dengan nilai SD 8,316. Nilai rata rata tekanan darahsistolik lansia *posttest* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari keenam adalah 152,95 mmHg dengan nilaiSD 8,045. Nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al- Qur'an pada hari ketujuh adalah 151,58 mmHgdengan nilai SD 7,463.

Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al- Qur'an pada hari pertama adalah 95,00 mmHg dengan nilai SD 14,368. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kedua adalah 89,79 mmHg dengan nilai SD 10,617. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketiga adalah 86,11 mmHg dengan nilai SD 8,212. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al- Qur'an pada hari keempat adalah 86,74 mmHg dengan nilai SD 8,212. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari kelima adalah 87,42 mmHg dengan nilai SD 8,167. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari keenam adalah 88,37 mmHg dengan nilai SD 7,537. Nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an pada hari ketujuh adalah 89,68 mmHg dengan nilai SD 6,532.

### Uji Normalitas

Responden pada penelitian ini berjumlah sebanyak 38 orang yang terbagi menjadi 19 responden pada kelompok intervensi dan 19 responden pada kelompok kontrol, sehingga uji normalitas data dilakukan menggunakan uji *shapiro wilk*. Hasil uji normalitas data nilai rata rata tekanan darah lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi berupa membaca Al- Qur'an Surah Ar-Rahman pada kelompok intervensi dan tanpa membaca Al-Qur'an Surah Ar-Rahman pada kelompok kontrol

Tabel 5.  
Uji Normalitas *Shapiro Wilk* Pada Tekanan Darah *pre* dan *post test*

Variabel	Intervensi		Kontrol	
	<i>Df</i>	<i>Sig</i>	<i>Df</i>	<i>Sig</i>
Tekanan darah sistolik Pre test	19	0,819	19	0,373
Tekanan darah diastolik Pre test	19	0,431	19	0,267
Tekanan darah sistolik Post test	19	0,107	19	0,200
Tekanan darah diastolik Post test	19	0,895	19	0,145

Tabel 5 hasil uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro Wilk Test* didapatkan *p-value* > 0.05 pada variabel tekanan darah sistolik *pre test*, tekanan darah diastolik *pre test*, tekanan darah sistolik *post test*, dan tekanan darah diastolik *post test* pada kelompok intervensi dan

kelompok kontrol. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan uji *paired-t-test* (uji t).

### Uji Homogenitas

Tabel 6.  
Uji Homogenitas Pada Tekanan Darah *pre* dan *post test* Kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variabel	Df	P value
Tekanan darah sistolik Pre test	19	0,470
Tekanan darah diastolik Pre test	19	0,521
Tekanan darah sistolik Post test	19	0,521
Tekanan darah diastolik Post test	19	0,505

Tabel 6 hasil uji *homogeneity of variance* data didapatkan *p-value* > 0,05 pada variabel tekanan darah sistolik *pre test*, tekanan darah diastolik *pre test*, tekanan darah sistolik *post test*, dan tekanan darah diastolik *post test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada kedua kelompok adalah homogen dan memenuhi syarat untuk dilakukan uji *independen sampel test*.

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh stimulus membaca Al-Qur'an terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022. Nilai  $\alpha$  ditetapkan sebesar (0,05), jika nilai *p-value* < 0,05 berarti ada pengaruh stimulus membaca Al-Qur'an terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022

Tabel 7.  
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Lansia dengan Hipertensi Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Intervensi Berupa Stimulus Membaca Al-Qur'an

Tekanan Darah	Mean	SD	T	P value
Sistolik pre test	166,95	14,183	6,009	0,000
Sistolik post test	151,00	13,034		

Tabel 7 hasil uji *dependent t-test (paired t-test)* menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik setelah mendapatkan perlakuan berupa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 151,00, SD= 13,034), berbeda dibandingkan dengan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum mendapatkan perlakuan berupa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 166,95 SD= 14,183). Analisis data didapatkan nilai *p-value* = 0,000 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh stimulus membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah sistolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022.

Tabel 8.  
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik Lansia dengan Hipertensi Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Intervensi Berupa Stimulus Membaca Al-Qur'an

Tekanan Darah	Mean	SD	T	P value
Diastolik pre test	101,16	13,594	3,333	0,004
Diastolik post test	93,58	10,308		

Tabel 8 hasil uji *dependent t-test (paired t-test)* menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah diastolik setelah mendapatkan perlakuan berupa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 93,58,

SD= 10,308), berbeda dibandingkan dengan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum mendapatkan perlakuan berupa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 101,16 SD= 13,594). Analisis data didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,004 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh stimulus membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah diastolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022.

Tabel 9.  
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Lansiadengan Hipertensi Sebelum dan Sesudah Tanpa Stimulus Membaca Al-Qur'an

Tekanan Darah	Mean	SD	T	P value
Sistolik pre test	159,32	13,687	0,710	0,487
Sistolik post test	158,32	15,553		

Tabel 9 hasil uji *dependent t-test (paired t-test)* menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 158,00 SD= 15,553), berbeda dibandingkan dengan rata-rata tekanan darah sistolik *pre test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 159,32 SD= 13,687). Analisis data didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,487 > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh tanpa stimulus membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah sistolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022.

Tabel 10.  
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik Lansia dengan Hipertensi Sebelum dan Sesudah Tanpa Stimulus Membaca Al-Qur'an

Tekanan Darah	Mean	SD	T	P value
Diastolik pre test	95,79	15,105	0,793	0,438
Diastolik post test	95,00	14,368		

Tabel 10 hasil uji *dependent t-test (paired t-test)* menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah diastolik *post test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 95,00 SD= 14,368), berbeda dibandingkan dengan rata-rata tekanan darah diastolik *pre test* tanpa stimulus membaca Al-Qur'an (M= 95,79 SD= 15,105). Analisis data didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,438 > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh tanpa stimulus membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah diastolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022.

Tabel 11.  
Perbedaan Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Setelah diberikan Perlakuan

Kelompok	Mean	F	T	P value
Intervensi	159,95	0,387	0,530	0,001
Kontrol	159,32			

Tabel 11. hasil uji *Independen sampel test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rata rata tekanan darah sistolik lansia dengan hipertensi setelah diberikan perlakuan berupa stimulus membaca Al-Qur'an pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol yang tanpa diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan Tahun 2022.

Tabel 12.  
Perbedaan Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Setelah diberikan Perlakuan

Kelompok	Mean	F	df	t-test	P value
Intervensi	91,11	0,420	19	-3,218	0,001
Kontrol	89,79				

Tabel 12. hasil uji *Independen sampel test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia dengan hipertensi setelah diberikan perlakuan berupa stimulus membaca Al-Qur'an pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol yang tanpadiberikan stimulus membaca Al-Qur'an dengan hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value*  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nilai rata rata tekanan darah diastolik lansia dengan hipertensi sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan Tahun 2022.

## PEMBAHASAN

Lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang mencapai usia lebih dari 60 tahun. Dengan bertambahnya usia secara progresif, terjadi perubahan pada elastisitas dinding aorta menjadi menurun, katup jantung menebal dan menjadi kaku, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer dan penurunan elastisitas pada pembuluh darah sehingga tekanan darah secara otomatis menjadi naik dan mengakibatkan terjadinya hipertensi (Aspiani, 2015). Penatalaksanaan yang tepat diperlukan untuk mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut dari hipertensi. Secara garis besar penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi dua bagian yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat diterapkan oleh perawat sebagai tatalaksana hipertensi pada lansia adalah menggunakan terapi stimulus mendengar atau membaca ayat suci Al-Qur'an. Membaca Al-Qur'an sangat baik bagi kesehatan, selain terdapat bacaan surat yang berkaitan dengan kesehatan. Membaca Al-Qur'an juga membuat pembaca dan pendengarnya menjadi rileks sehingga menurunkan tekanan darah (Yuniarsih, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian pada 19 orang lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan, sebelum dan sesudah diberikan stimulus membaca Al-Qur'an Surah Ar-Rahman selama 7 hari, didapatkan bahwa rata rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan stimulus membaca Al-Qur'an adalah 165,95 mmHg, dengan nilai SD = 14,183. Namun setelah diberikan stimulus membaca Al-Qur'an Surah Ar-Rahman rata rata tekanan darah sistolik adalah 151,00 mmHg, dengan nilai SD= 13,034. Begitu juga pada rata rata tekanan darah diastolik sebelum diberikan stimulus membaca Al-Qur'an adalah 95,79 mmHg, dengan nilai SD=15,105. Namun setelah diberikan stimulus membaca Al-Qur'an rata rata tekanan darah diastolik adalah 95,00 mmHg, dengan nilai SD= 14,368. Sehingga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah lansia sebelum dan sesudah pemberian stimulus membaca Al-Qur'an dengan *p-value* tekanan darah sistolik (0,000) dan *p-value* tekanan darah diastolik (0,004)  $< \alpha$  (0,05). Hal ini menunjukkan ada pengaruh stimulus membaca Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah sistolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irawati dan Lestari (2017) yang juga menyatakan bahwa hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan intervensi diketahui terdapat penurunan rata-rata pada sistole 7,34 mmHg dan pada diastole sebesar 5,33 mmHg, sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh membaca Al Quran terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Didukung

hasil penelitian oleh Wahyuni (2018) yang menyatakan bahwa rata-rata tekanan darah responden sebelum dilakukan terapi murotal Al-Quran adalah 150,06 mmHg dan 93,18 mmHg. Rata-rata tekanan darah sesudah diberikan terapi dilakukan terapi murotal Al-Quran adalah 143,17 mmHg, dan 89,91 mmHg. Terdapat penurunan tekanan darah lansia hipertensi yang mendapatkan terapi membaca Al-Qur'an Surah Ar-Rahman. Dikuatkan hasil penelitian Aini (2017) menyatakan bahwa pengaruh terapi pembacaan Al-Quran berupa adanya perubahan-perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung, dan kadar darah pada kulit. Perubahan tersebut menunjukkan adanya relaksasi atau penurunan ketegangan urat saraf reflektif yang mengakibatkan terjadinya pelonggaran pembuluh nadi dan penambahan kadar darah dalam kulit, diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung.

Terapi murrotal yang dibacakan dan didengarkan dapat dilakukan sebagai terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah lansia dengan hipertensi (SIKI, 2018). Salah satu surah didalam Al-Qur'an yang mengandung makna kesehatan adalah surah Ar-Rahman yang terdiri dari 78 ayat dan dapat diberikan selama 15 menit pada pasien hipertensi (Pristiadi dkk, 2022). Peneliti berasumsi bahwa pemberian stimulus membaca Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Stimulus membaca Al-Qur'an memberikan efek relaksasi bagi pembaca maupun pendengar, ditambah lantunan kandungan surah Ar-Rahman yang termasuk kedalam surah yang mengandung unsur kesehatan membuat efek yang dirasakan semakin kompleks. Lansia yang merasa rileks akan mengeluarkan hormon epinefrin dan kortisol yang akan menurunkan tekanan darah.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul "Pengaruh stimulus membaca Al- Qur'an terhadap penurunan tekanan darah sistolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja PuskesmasToboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022 dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata *pre test*tekanan dara sistolik lansia pada kelompok intervensi adalah 166,95 mmHg dan kelompok kontrol adalah 159,32 mmHg. Sedangkan nilai rata-rata *pre test* tekanan darah diastolik lansia pada kelompok intervensi adalah 101,16 mmHg dan kelompok kontrol adalah 95,79 mmHg. Nilai rata-rata *post* tekanan darah sistolik lansia pada kelompok intervensi adalah 151,00 mmHg dan kelompok kontrol adalah 158,00 mmHg. Sedangkan nilai rata-rata *post test* tekanan darah diastolik lansia pada kelompok intervensi adalah 93,5mmHg dankelompok kontrol adalah 95,00 mmHg. Serta ada pengaruh stimulus membaca Al- Qur'an terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toboali Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2022.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adrian, S. J. (2019). Hipertensi esensial: diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), 172-178.
- Al-Kaheel, A., D. (2013). *Pengobatan Qur'ani Manjuranya Berobat Dengan Al Qur'an*. Jakarta: Amzah.
- Ardiansyah. (2019). *Pengaruh Pijat Punggung dan Membaca Al-Qur'an terhadap Status Hemodinamik pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta*. Thesis Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta: Yogyakarta.

- Dosoo, D K, et al. (2019). Prevalence of hypertension in the middle belt of Ghana: a community-based screening study. *In International journal of hypertension* hindawi.com. <https://www.hindawi.com/journals/ijhy/2019/1089578/>
- Hanum, P., Lubis, R., & Rasmaliah. (2017). Hubungan Karakteristik dan Dukungan Keluarga Lansia dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan. *Jumantik*, 3(1), hal. 72–88.
- Irawati, P., & Lestari, M. S. (2017). Pengaruh membaca Alquran terhadap penurunan tekanan darah pada responden dengan hipertensi di RSKDr. Sitanala Tangerang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]*, 1(1), 35-45.
- Jannah, M L, & Ernawaty (2018) Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Bumi ayu Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(2), 157–165
- Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. (2013). The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure (JNC-VII). *NIH publication* 03-5233
- Kemendes RI. (2018). *Hasil utama RISKESDAS 2018*. In Jakarta: Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lukito, A. (2018). Pengaruh membaca Al-Quran terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Anatomica Medical Journal*, 1 (3), 120-121. Diperoleh dari <http://jurnal.umsu.ac.id>
- Notoadmojo, Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, W. (2014). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Nurarif, A.H & Kusuma, H. (2016). *Asuhan Keperawatan Praktis. Edisi Revisi Jilid* Yogyakarta: Mediacion Jogja Nurrahmani. (2016). *Stop Hipertensi*. Jogjakarta: Familia
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. (2013). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Jakarta: DPP PPN
- Pristiadi, R., Chanif, C., & Hartiti, T. (2022). Penerapan terapi murottal Al Qur'an untuk mengurangi intensitas nyeri pada responden post ORIF. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 48-53
- Sufriani & Retno Kumolohadi. (2014). Pengaruh Keteraturan Membaca dan Penghayatan Makna Ayat AlQur'an pada Kemampuan Berpikir Positif Narapidana. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 1(1), 5–16.
- Syamil, A., & Ahmad, B. I. N. (2013). Keistimewaan kurma dalam al-qur'an ditinjau dari perspektif ilmu kesehatan. *Journal Publikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim*

Zaenurrohmah, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). Hubungan pengetahuan dan riwayat hipertensi dengan tindakan pengendalian tekanan darah pada lansia. *Stroke*, 33(46.1), 67.